5.017 Polievka fazuľová s fliačkami
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
fazuľa suchá	1,10	1,10	1,20	1,20	1,40	1,40	2,00	2,00
mrkva	0,70	0,56	0,80	0,64	0,90	0,72	1,00	0,80
zeler	0,50	0,40	0,50	0,40	0,50	0,40	0,60	0,48
kaleráb	0,30	0,24	0,40	0,32	0,50	0,40	0,60	0,48
petržlen	0,50	0,40	0,50	0,40	0,50	0,40	0,60	0,48
olej	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
cesnak	0,10	0,09	0,10	0,09	0,10	0,09	0,15	0,13
fliačky	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60	0,70	0,70
paprika červená mletá	0,03	0,03	0,05	0,05	0,07	0,07	0,10	0,10
múka	0,30	0,30	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50
soľ	0,05	0,05	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Prebratú, umytú a namočenú fazuľu uvaríme, pridáme umytú, očistenú na kocky nakrájanú koreňovú zeleninu, paprikovú zápražku, ktorú pripravíme z nasucho opraženej múky, oleja, mletej červenej papriky, rozriedime vodou a povaríme. Dochutíme prelisovaným cesnakom, soľou, zjemníme maslom. Varíme 20 minút. Do hotovej polievky pridáme osobitne uvarené fliačky.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	390	94	3,44	2,7	0,9	12,5	2,5	33,4	0,9	0,130	0,1	0,0	4,1	0,0
B	443	106	3,81	3,2	1,2	14,0	2,8	37,3	1,0	0,148	0,1	0,0	4,3	0,0
C	543	130	4,51	4,3	1,8	16,6	3,2	42,5	1,1	0,166	0,1	0,0	4,6	0,0

D	674	162	6,13	4,4	1,8	21,8	4,3	53,4	1,5	0,186	0,1	0,0	5,6	0,0